

Meditatiewerkplaats 'Het Christusbewustzijn' 2020



Tijd: Vijf zaterdagochtenden* van 9.30 (inloop en koffie) tot 12.15 uur.
Plaats: Stichtse Vrije School, Socrateslaan 24 Zeist.

Opgeven via: danielle-vandijk@hotmail.com

Wat doen we in de cursus?

We mediteren en werken met de basisoefeningen van Rudolf Steiner voor een evenwichtig en rijk gevoelsleven. We reiken handvatten aan voor innerlijke rust en verdieping. Er is inhoud en gesprek; mindfulness. Spreekt dit alles je aan? Wees dan welkom op onze meditatiewerkplaats: *het Christusbewustzijn*. Ook voor gevorderden is deze cursus bijzonder geschikt.

De cursus wordt gegeven door Danielle van Dijk, leraar op de Stichtse Vrije School en auteur (zie www.danielle-vandijk.nl) en Christa van Kan, eveneens leraar op de Stichtse Vrije School; zij is bovendien kunstenaars en verzorgt o.a. de kunstzinnige activiteiten op de cursus.

We werken vanuit een **spiritueel mensbeeld**, gebaseerd op de *antroposofie*. Het aanbod is gevarieerd: inhoud, gesprek, oefeningen en (korte) meditaties; kunstzinnige verwerking en waarnemen buiten.

*De cursus bestaat uit **vijf zaterdagochtenden** en kost 90 euro, inclusief koffie/thee en materiaal.*

***Data: Zaterdag: 18 januari 2020; 8 februari, 7 en 28 maart en 18 april.**